PENGARUH PEMBERIAN BUAH PEPAYA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN BALITA USIA 2-5 TAHUN

SKRIPSI

Oleh :

DHEA DWIYANTI
202116010

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2025

PENGARUH PEMBERIAN BUAH PEPAYA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN BALITA USIA 2-5 TAHUN

SKRIPSI

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Oleh :

DHEA DWIYANTI
202116010

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2025

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul :

PENGARUH PEMBERIAN BUAH PEPAYA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN BALITA USIA 2-5 TAHUN

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Skripsi yang sudah dipublikasi dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta , 11 Maret 2025

Yang menyatakan

(Dhea Dwiyanti)

NIM. 202116010

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dhea Dwiyanti

NIM : 202116010

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 2-5 Tahun

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Nonekslusif (Non - Exclusive Royalty - Free Right) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base) , merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 11 Maret 2025

Yang menyatakan

(Dhea Dwiyanti)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripi dengan judul :

PENGARUH PEMBERIAN BUAH PEPAYA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN BALITA USIA 2-5 TAHUN

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Ujian Seminar Hasil Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Mei 2025

Pembimbing

(Bdn. Enny Yuliaswati, S.SiT., M.Keb)
NIDN. 0619078001

Mengetahui
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan

(Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, SST., M.Kes)
NIDN. 0621068601

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

PENGARUH PEMBERIAN BUAH PEPAYA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN BALITA USIA 2-5 TAHUN

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Skripsi ini telah diujikan pada Sidang Ujian Skripsi pada tanggal Mei 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat / sah sebagai Skripsi pada Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta , Mei 2025

Mengesahkan, Penguji

1. Bdn. Rita Riyanti K, SST., M.Kes (….....)
   NIDN. 0624068803
2. Winarni, S.SiT., MPH (…….)
   NIDN. 0622087101
3. Bdn. Enny Yuliaswati, S.SiT.,M.Keb (…….)
   NIDN. 0619078001

Mengetahui
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan

(Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, SST., M.Kes)

NIDN. 0621068601

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi yang berjudul "Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 2-5 Tahun". Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan ujian akhir di Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universita 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep., selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
2. Bdn. Sri Kustiyati, S.ST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
3. Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, SST., M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Bdn. Enny Yuliaswati, SSiT, M.Keb sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan kami dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bidan desa yang berkenan membantu dalam melaksanakan penelitian studi kasus ini.
6. Posyandu Sejahtera, sebagai lahan penelitian yang telah menyediakan tempat kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Seluruh ibu dan balita yang telah bersedia meluangkan waktu dan menjadi subjek penelitian ini.
8. Kedua orang tua penulis yang telah memberikan dukungan baik material, spiritual dalam penyusunan skripsi ini.
9. Sahabat – sahabat saya yang telah memberikan semangat dan motivasi selama ini.

Penulis menyadari bahwa laporan ini terdapat banyak kekurangan, maka penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membantu laporan ini. Semoga studi kasus ini data bermanfaat bagi kita semua. Aamin.

Surakarta, Mei 2025

Penulis

(Dhea Dwiyanti)

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN ..... **i**
SAMPUL DALAM ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..... **iii**
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..... **iv**
PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **v**
PENGESAHAN PENGUJI ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR GAMBAR ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 3
C. Tujuan 3
1. Tujuan Umum 3
2. Tujuan Khusus 3
D. Manfaat Penelitian 3
1. Teoritis 3
2. Praktis 4
E. Keaslian Penelitian 4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **6**
A. Landasan Teori 6
1. Balita 6
2. Status Gizi 9
3. Nafsu Makan 11
4. Buah Pepaya 13
5. Penelitian Terkait 16
B. Kerangka Teori 17
C. Kerangka Konsep 18

D. Hipotesis 18
BAB III METODE PENELITIAN 19
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian 19
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian 19
C. Populasi Dan Sampel 20
D. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional 21
E. Instrumen Penelitian 22
F. Uji Validitas dan Uji Reabilitas 22
G. Teknik Dan Pengumpulan Data 22
H. Teknik Analisa Data 24
I. Jalannya Penelitian 25
J. Etika Penelitian 25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 27
A. Hasil Penelitian 27
B. Pembahasan 30
C. Keterbatasan Penelitian 33
BAB V PENUTUP 34
A. Kesimpulan 34
B. Saran 34
DAFTAR PUSTAKA 36
LAMPIRAN 38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Buah Pepaya 14

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian 4
Tabel 2.1 Nilai gizi buah pepaya..... 15
Tabel 2.2 Kerangka Teori 17
Tabel 2.3 Tabel Kerangka Konsep..... 18
Tabel 3.1 Skema one group pretest posttest design 19
Tabel 3.2 Definisi Operasional 21
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia..... 27
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 28
Tabel 4.3 Nafsu Makan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Buah Pepaya 28
Tabel 4.4 Disribusi Median Nafsu Makan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Buah Pepaya 29
Tabel 4.5 Hasil Analisis Nafsu Makan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Pada Balita Usia 2-5 Tahun..... 29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Penelitian 39
Lampiran 2 Lembar Permohonan Responden 40
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Orang Tua 41
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden 42
Lampiran 5 Lembar Observasi Pemberian Buah Pepaya 43
Lampiran 6 Formulir Visual Comstock Pre Test 44
Lampiran 7 Formulir Visual Comstock Post Test 45
Lampiran 8 Tabulasi Hasil Penelitian 46
Lampiran 9 Ethical Clearance 47
Lampiran 10 Izin Dinas Kesehatan 48
Lampiran 11 Dokumentasi Kegiatan 49
Lampiran 12 Hasil SPSS 51
Lampiran 13 Lembar Konsultasi Tugas Akhir 54
Lampiran 14 Lembar Persyaratan Sebagai Uadience 56

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak balita merupakan istilah yang berasal dari kependekan kata bawah lima tahun. Periode tumbuh kembang pada anak paling pesat terjadi ketika masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan kemampuan berbahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional, dan intelegensia berjalan sangat cepat serta merupakan landasan perkembangan berikutnya. Masa ini sangat membutuhkan nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral,dan vitamin. Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat dioptimalkan dengan memenuhi kebutuhan gizi anak (Saidah & Dewi, 2020).

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia oleh Unicef dan Kemenkes RI pada tahun 2021 prevalensi balita kekurangan gizi sebanyak 7,1% dan meningkat pada tahun 2022 sebanyak 7,7% (Kemenkes RI, 2023). Data Badan Pusat Statistik Jawa Tengah menunjukkan kasus gizi kurang mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2022 sebanyak 26.731 balita. Sedangkan pada tahun 2023 sebanyak 81.074 balita. Kabupaten Boyolali pada tahun 2022 terdapat 1.256 balita gizi kurang dan mengalami peningkatan pada tahun 2023 sebanyak 2.192 balita. Berdasarkan pemantauan data kesehatan keluarga dan gizi oleh Dinas Kesehatan Boyolali pada Desember 2024 menyatakan bahwa dalam pemantauan hasil pengukuran EPPGBM wilayah Ngemplak, balita yang mengalami penurunan berat badan sebanyak 40,3% (Pusat Statistik Jawa Tengah, 2024).

Permasalahan kenaikan berat badan salah satu penyebabnya adalah nafsu makan anak yang turun. Berkurangnya nafsu makan diyakini sebagai faktor utama terjadinya kurang gizi. Gangguan sulit makan sering dialami balita usia 2-5 tahun dikarenakan semakin bertambahnya aktivitas mereka seperti bermain dan berlari sehingga mereka menjadi malas untuk makan.(Sudjatmoko, 2020).

Mengatasi masalah nafsu makan pada anak perlu dilakukan orang tua sejak dini. Banyak orang tua yang kesulitan dalam menghadapi masalah kurangnya nafsu makan pada anak. Obat - obatan/ suplemen penambah nafsu makan selalu menjadi pilihan utama untuk kondisi ini. Mengkonsumsi suplemen penambah nafsu makan terus menerus tanpa dosis yang tepat dapat menyebabkan efek samping jangka panjang yaitu gangguan pencernaan seperti iritasi pada dinding lambung yang dapat memicu mual, muntah, hingga diare, dan ketergantungan. Alternatif untuk mengatasi balita dengan nafsu makan kurang adalah dengan mengonsumsi multivitamin non farmakologi. Multivitamin non farmakologi tersebut berupa buah - buahan yang memiliki nilai gizi yang cukup tinggi, rasanya manis, dengan harga murah dan mudah didapatkan adalah buah papaya (Farida et al., 2024).

Buah pepaya merupakan buah yang memiliki vitamin, mineral dan enzim yang akan memulihkan nafsu makan anak,memperkuat daya tahan tubuh dan memulihkan kondisi sakit pada anak. Hal ini dikarenakan buah pepaya mengandung enzim papain atau dikenal dengan enzim proteolitik yang berperan memecahkan protein, didalam tubuh protein menekan produksi hormone ghrelin (hormone pemicu rasa lapar) sehingga saat protein berhasil dipecah, hormone ghrelin akan kembali diproduksi dan selanjutnya akan mengirimkan sinyal ke hipotalamus dan muncul keinginan untuk makan. Hal ini dikarenakan mekanisme buah pepaya dapat meningkatkan nafsu makan anak dan kecepatan dalam penyerapan zat gizi (Mulyaningsih et al., 2022).

Pemberian buah pepaya terbukti meningkatkan nafsu makan pada penelitian Partini Wulan, dkk (2023) dengan judul “Pengaruh pemberian buah papaya (*carica papaya L.)* terhadap nafsu makan anak 2-5 tahun” dengan desain quasi ekperimental dengan pendekatan one group pretest posttest design terhadap sampel 30 orang hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nafsu makan anak sebelum mengkonsumsi buah pepaya 3,67 dengan rata-rata berat badan anak 14,4 kg dan sesudah mengkonsumsi buah pepaya meningkat 6,50 diikuti peningkatan rata-rata berat badan anak 14,6 kg. Ada pengaruh pemberian buah

pepaya (*Carica papaya L.)* terhadap nafsu makan anak usia 2-5 tahun (p value = 0,000).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di Posyandu Sejahtera 1, 2, 3 dari bulan Februari 2025 terdapat 24 balita usia 2-5 tahun yang penimbangan berat badannya turun dan tetap selama 1 bulan terakhir. Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang "Pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun."

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dapat dibahas dalam penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi nafsu makan balita sebelum pemberian buah pepaya.
b. Mengidentifikasi nafsu makan sesudah balita pemberian buah pepaya.
c. Menganalisa perbedaan nafsu makan balita sebelum dan sesudah dilakukan pemberian buah pepaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi Institusi pendidikan diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah keragaman pustaka bagi Universitas 'Aisyiyah Surakarta khususnya Program Studi Kebidanan tentang hasil aplikasi mahasiswa.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan untuk dikembangkan bagi peneliti selanjutnya, khususnya yang berhubungan dengan

pengaruh pemberian buah papaya terhadap peningkatkan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

2. Praktis

Dari penelitian ini akan diperoleh manfaat secara praktis diantaranya:

a. Bagi Orang Tua

Penelitian ini sebagai penambah pengetahuan, wawasan mengenai pengaruh pemberian buah pepaya untuk meningkatkan nafsu makan balita serta dapat bermanfaat bagi orang tua sebagai masukan informasi untuk meningkatkan nafsu makan pada balita.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Partini Wulan, Olivia Nency , 2023	Pengaruh Pemberian Buah Pepaya (Carica Papaya L.) Terhadap Nafsu Makan Anak Usia 2-5 Tahun	a) Variabel Independent : buah pepaya b) Variabel Dependen : nafsu makan c) One group pre posttest design d) Uji T-Test	a) Quasi eksperiment b) Purposive sampling c) Sampel yang digunakan 30 anak
2	Noviyanti Hayattul Fahad, Mariyani 2023	Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Nafsu Makan Anak Usia 2-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jiput	a) Variabel Independen : buah pepaya b) Variabel Dependen : nafsu makan	a) Metode penelitian Quasi eskperiment one group pre-posttest dengan kelompok control. b) Purposive sampling c) Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 36 orang
3	Sri Mulyaningsih, Fifi Ishak, Zuriati Muhammad 2022	Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tilango	a) Variabel Independen : buah pepaya b) Variabel Dependen : nafsu makan c) Pre eksperiment d) One group pre-post test design	a) Teknik total sampling b) 30 responden

Perbedaan penelitian ini dengan yang sebelumnya yaitu penelitian ini menggunakan metode penelitian pre eksperiment dengan desain one grup pretest posttest. Teknik simple random sampling dengan jumlah sampel 24. Selain itu, yang menjadi pembeda penelitian ini dari segi objek.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Balita

a. Definisi

Balita merupakan istilah yang berasal dari kependekan kata bawah lima tahun. Periode tumbuh kembang anak adalah masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan memengaruhi dan menentukan perkembangan kemampuan berbahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional, dan intelegensia berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya (Saidah & Dewi, 2020).

b. Pertumbuhan dan Perkembangan

Pertumbuhan merupakan bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan interselular, berarti bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan, sehingga dapat diukur dengan satuan panjang dan berat. Perkembangan merupakan bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kornpleks dalam gerak kasar, gerak halus, bicara, dan bahasa serta sosialisasi dan kemandirian (Kementrian Kesehatan RI, 2016).

Kecepatan pertumbuhan mulai menurun dan terdapat kemajuan dalam perkembangan motorik (gerak kasar dan gerak halus) serta fungsi eksresi pada masa balita. Periode penting dalam tumbuh kembang anak adalah pada masa balita. Pertumbuhan dasar yang berlangsung pada masa balita akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya (Kementrian Kesehatan RI, 2016).

Pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak masih berlangsung dan terjadi pertumbuhan serabut serabut syaraf dan cabang-cabangnya saat setelah lahir terutama pada 3 tahun pertama kehidupan, sehingga terbentuk jaringan syaraf dan otak yang kompleks. Jumlah

dan pengaturan hubungan-hubungan antar sel syaraf ini akan sangat mempengaruhi segala kinerja otak, mulai dari kemampuan belajar berjalan, mengenal huruf hingga bersosialisasi (Kementrian Kesehatan RI, 2016).

Perkembangan kemampuan bicara dan bahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional dan intelegensia berjalan sangat cepat terjadi pada masa balita dan merupakan landasan perkembangan berikutnya. Perkembangan moral serta dasar - dasar kepribadian anak juga dibentuk pada masa ini, sehingga setiap kelainan/penyimpangan sekecil apapun apabila tidak dideteksi apalagi tidak ditangani dengan baik, akan mengurangi kualitas sumber daya manusia dikemudian hari (Kementrian Kesehatan RI, 2016).

c. Faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan

Pertumbuhan dan perkembangan balita merupakan proses kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Faktor-faktor ini dapat berasal dari dalam tubuh anak (faktor internal) maupun dari lingkungan sekitar (faktor eksternal). Berikut adalah beberapa faktor utama yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan balita: (Hartini, S., & Wijayanti, T. (2020)).

1) Nutrisi dan Asupan Gizi

Gizi yang baik sangat penting dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan atau ketidakseimbangan gizi, seperti kekurangan protein, kalori, vitamin (misalnya, vitamin A dan D), serta mineral (seperti zat besi dan kalsium) dapat menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak. Sebaliknya, gizi yang seimbang, dengan asupan yang cukup dari berbagai kelompok makanan, akan mendukung kesehatan optimal.

2) Kesehatan dan Kondisi Fisik

Kondisi kesehatan yang baik sangat mempengaruhi kemampuan tubuh anak untuk tumbuh dengan baik. Penyakit infeksi atau kronis (seperti diare, ISPA, atau kekurangan imunisasi) dapat mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu, masalah medis seperti gangguan hormon atau kelainan metabolisme juga dapat mempengaruhi pertumbuhan anak.

3) Lingkungan Sosial dan Ekonomi

Lingkungan keluarga dan sosial anak sangat mempengaruhi perkembangan psikososial mereka. Keluarga yang memberikan dukungan emosional, kasih sayang, dan stimulasi yang positif dapat mendukung perkembangan kognitif dan sosial anak. Di sisi lain, keluarga dengan status ekonomi yang rendah mungkin kesulitan menyediakan kebutuhan dasar, seperti makanan bergizi, pengobatan, atau akses ke pendidikan yang memadai, yang berpotensi menghambat perkembangan anak.

4) Faktor Psikososial

Interaksi sosial, peran orang tua, dan kualitas pengasuhan memainkan peran penting dalam perkembangan emosional dan intelektual anak. Anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang penuh perhatian, kasih sayang, dan stimulasi yang tepat cenderung berkembang lebih baik dalam aspek bahasa, kreativitas, dan keterampilan sosial.

5) Faktor Lingkungan Fisik

Lingkungan tempat tinggal juga mempengaruhi pertumbuhan anak. Akses terhadap sanitasi yang baik, air bersih, dan udara yang sehat dapat mengurangi risiko penyakit dan infeksi yang dapat menghambat pertumbuhan. Selain itu, anak-anak yang tinggal di lingkungan yang aman, dengan fasilitas bermain yang memadai, dapat mengembangkan keterampilan motorik yang penting untuk pertumbuhan fisik.

6) Stimulasi dan Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik yang cukup, seperti bermain, berjalan, atau berlari, membantu meningkatkan kekuatan otot dan kepadatan tulang anak. Stimulasi kognitif, seperti pembacaan buku, bermain dengan alat permainan edukatif, serta berinteraksi dengan anak lain, juga memengaruhi perkembangan intelektual dan sosial.

7) Kualitas Tidur

Tidur yang cukup sangat penting untuk proses pemulihan dan regenerasi tubuh, serta perkembangan otak anak. Selama tidur, tubuh anak memproduksi hormon pertumbuhan yang penting untuk pertumbuhan fisik, dan tidur yang cukup juga mendukung perkembangan emosi dan kognitif.

2. Status Gizi

a. Pengertian status gizi

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Salah satu yang mempengaruhi status gizi adalah aktivitas fisik. Banyaknya aktivitas fisik yang tidak diimbangi dengan asupan energi yang cukup, akan menyebabkan penurunan berat badan (Paramita, Atasasih, & Rahayu, 2024).

b. Faktor - faktor yang mempengaruhi status gizi

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi ada dua yaitu faktor langsung dan tidak langsung (Endariadi et al., 2020) .

1) Faktor langsung

a) Penyakit infeksi

Penyakit infeksi dengan status gizi merupakan suatu hal yang saling berhubungan satu sama lain karena anak balita yang mengalami penyakit infeksi menyebabkan nafsu makan anak berkurang sehingga asupan makanan untuk kebutuhan tidak terpenuhi yang kemudian menyebabkan daya tahan tubuh anak balita melemah.

b) Konsumsi makanan

Kurangnya konsumsi energi dalam makanan sehari-hari dapat menyebabkan seseorang kekurangan gizi pada akhirnya anak yang gizinya baik lama kelamaan akan menderita gizi buruk.

2) Faktor tidak langsung

a) Pola asuh gizi balita

Pola asuh gizi balita salah satunya yaitu pemberian MP-ASI Balita yang diberi MP-ASI pertama pada usia <6 bulan mempuyai efek protektif terhadap kejadian gizi buruk meskipun telah dikontrol oleh kondisi perumahan, pendidikan ibu, penyakit diare, jumlah anggota keluarga, inisiasi ASI dan jumlah balita.

b) Pendidikan

Tingkat pendidikan menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan gizi yang didapat, sehingga hal ini bisa dijadikan landasan untuk membedakan metode penyuluhan yang tepat. Seorang ibu dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan merencanakan menu makanan yang sehat dan bergizi bagi anak-anaknya.

c) Pengetahuan

Pengetahuan merupakan pembentukan yang secara terns menerus dialami oleh seseorang yang setiap saat mengalami penyusunan kembali karena adanya pemahaman barn. Penyebab dari gangguan gizi salah satunya adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi atau kemampuan untuk menerapkan informasi tentang gizi dalam kehidupan sehari-hari, sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi status gizi balita yang pada akhirnya balita akan mengalami gizi kurang akibat dari tidak mampunya ibu dalam menerapkan informasi tentang gizi.

d) Pendapatan keluarga

Pendapatan keluarga terkait dengan pemilihan dan pembelian bahan makanan sehingga anak yang tidak cukup makan, daya tahan tubuhnya melemah, anak mudah diserang infeksi, kurang nafsu makan, dan akhirnya rentan terhadap kurang gizi.

e) Sarana dan akses pelayanan kesehatan

Pelayanan kesehatan sangat berpengaruh dalam terjadinya gizi buruk pada balita. Pelayanan kesehatan dimanfaatkan oleh balita baik preventif maupun kuratif yang meliputi penyuluhan, kesehatan ibu dan anak, penimbangan, pemberian makan tambahan, suplemen gizi dan konsultasi resiko penyakit di pelayanan kesehatan.

Akses pelayanan kesehatan sangat penting untuk menunjang kesehatan masyarakat karena semakin jauh letak fasilitas kesehatan maka akan semakin turun juga derajat kesehatan masyarakat terutama pada balita, karena hal tersebut juga dipengaruhi oleh biaya transportasi untuk dapat mengakses fasilitas kesehatan.

3. Nafsu Makan

a. Pengertian Nafsu Makan

Nafsu makan adalah respon seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan. Perilaku ini meliputi pengetahuan, persepsi, sikap, dan praktik terhadap makanan serta unsur-unsur yang terkandung di dalam zat gizi, pengolahan makanan dan sebagainya (Notoatmodjo, 2013 dalam Yuli Saputri et al., 2023).

Penurunan nafsu makan sering dialami anak usia di bawah lima tahun, Penurunan nafsu makan pada anak adalah menolak untuk makan, tidak mau membuka mulutnya, tidak mengunyah, tidak menelan makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah yang sesuai dengan usianya. Kebiasaan yang kurang tepat seperti ini akan sangat berpengaruh pada status gizi dan perkembangan anak yang

mengakibatkan berkurangnya asupan nutrisi sehingga berat badan menurun atau kurang dari usianya. (Sulastri & Haryanti, 2024).

b. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Penurunan Nafsu Makan

Nafsu makan yang menurun dapat disebebkan oleh berbagai faktor beberapa faktor yang mempengaruhi penurunan nafsu makan pada anak:

1) Faktor kesehatan (penyakit atau gangguan medis)
   a.) Penyakit atau infeksi

   Saat anak menderita penyakit seperti pilek, flu, batuk, atau infeksi pencernaan, nafsu makan sering berkurang.

   b.) Gangguan pencernaan

   Gangguan pencernaan seperti sembelit, diare, atau gangguan lambung sering menyebabkan ketidaknyamanan saat makan sehingga mengurangi nafsu makan anak.

2) Faktor sosial dan keluarga

   Kebiasaan makan yang tidak teratur, ketika anak tidak dibiasakan makan pada waktu yang teratur dan meniru perilaku makan orang tua seperti orang tua yang malas makan sayur, anak juga mengalami hal yang sama yaitu susah makan sayur.

3) Faktor lingkungan

   Suasana makan penuh tekanan atau ketegangan seperti orang tua memaksa anak makan atau memarahi anak saat tidak mau makan, hal ini membuat anak merasa tidak nyaman dan cenderung menolak makan.

4) Kebiasaan atau pola makan yang salah

   Kebiasaan makan camilan yang berlebihan terutama yang tinggi gula dan garam dapat mengurangi rasa lapar saat waktu makan utama.

5) Faktor makanan

   Anak anak yang tidak menyukai rasa atau tekstur makanan tertentu mungkin akan menolak untuk makan, seperti makanan yang

terlalu pedas, pahit, atau tidak sesuai dengan selera mereka sehingga mengurangi nafsu makan anak (Rifani & Ansar, 2021).

c. Penatalaksanaan Penurunan Nafsu Makan

Cara mengatasi penurunan nafsu makan dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan farmakologi dan non farmakologi :

1) Penatalaksanaan secara Farmakologi

Penanganan pada penurunan nafsu makan dengan terapi farmakologi, meliputi pemberian obat penambah nafsu makan seperti zinc, vitamin B, dan minyak ikan.

2) Penatalaksanaan secara Non Farmakologi

Non farmakologi merupakan terapi komplementer yang dapat dilakukan sebagai penambah nafsu makan tanpa menggunakan obat obatan. Tujuan dari terapi non farmakologi adalah untuk mengurangi terjadinya resiko efek samping jangka panjang. Terapi ini yaitu dengan mengkonsumsi multivitamin berupa buah - buahan. Buah yang memiliki nilai gizi yang cukup tinggi, rasanya manis, dengan harga murah dan mudah didapatkan adalah buah papaya. (Farida et al., 2024)

4. Buah Pepaya

a. Pengertian

Buah pepaya (Carica papaya) adalah buah tropis yang berasal dari daerah Meksiko dan Amerika Tengah. Pepaya dikenal karena daging buahnya yang manis, lembut, dan kaya akan nutrisi. Buah ini mengandung berbagai vitamin dan mineral, termasuk vitamin A, vitamin B kompleks, vitamin C, folat, dan serat. Pepaya juga mengandung enzim papain, yang berfungsi dalam pencernaan protein dan memiliki sifat anti-inflamasi. Selain itu, pepaya sering digunakan dalam pengobatan tradisional untuk berbagai masalah kesehatan, termasuk gangguan pencernaan dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh.

Gambar 2.1 Buah Pepaya

b. Kandungan Buah Pepaya

Buah pepaya (Carica papaya) merupakan sumber yang kaya akan berbagai nutrisi penting bagi tubuh. Beberapa kandungan utama dalam buah pepaya meliputi: (Singh, P., & Sharma, P. (2020)).

1) Vitamin C: Pepaya mengandung vitamin C yang sangat tinggi, yang berfungsi sebagai antioksidan dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh.
2) Vitamin A : Kandungan beta-karoten dalam pepaya memberikan warna oranye pada daging buahnya, yang dikonversi menjadi vitamin A di dalam tubuh, penting untuk kesehatan mata dan kulit.
3) Vitamin B kompleks : dapat meningkatkan laju reaksi metabolisme tubuh, merangsang hipotalamus untuk meningkatkan nafsu makan dan menyokong pertumbuhan.
4) Enzim Papain : Papain adalah enzim protease yang membantu proses pencernaan protein, serta memiliki sifat anti-inflamasi dan dapat membantu penyembuhan luka.
5) Serat : Buah pepaya mengandung serat yang baik untuk pencernaan dan dapat membantu mencegah konstipasi.
6) Folat : Kandungan folat dalam pepaya bermanfaat untuk pembentukan sel darah merah dan mendukung kesehatan ibu hamil.
7) Mineral : Pepaya juga mengandung kalium yang dapat membantu mengatur tekanan darah dan menjaga keseimbangan cairan tubuh.

8) Antioksidan: Selain vitamin C dan A, pepaya mengandung flavonoid, karotenoid, dan likopen, yang memiliki sifat antioksidan yang dapat membantu melawan radikal bebas dalam tubuh.

Berdasarkan Data Komposisi Pangan Indonesia milik Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), setiap 100 gram buah pepaya mengandung:

Jenis	Total	Jenis	Total
Energi	46 kalori	Serat pangan	1,60 gram
Lemak	0,10 gram	Kalsium	23 miligram
Vitamin A	0 miligram	Fosfor	12 miligram
Vitamin B1	0,04 miligram	Natrium	4 miligram
Vitamin B2	0,06 miligram	Kalium	221 miligram
Vitamin B3	0,40 miligram	Besi	1,70 miligram
Vitamin C	78 miligram	Seng	0,30 miligram
Karbohidrat	12,20 gram	B-Karoten	1038 mikrogram
Protein	0,50 gram	Air	88,70 gram

Tabel 2.1 Nilai gizi buah pepaya

c. Manfaat gizi pepaya untuk balita

Pemberian pepaya pada balita memiliki banyak manfaat, antara lain:

1) Meningkatkan daya tahan tubuh: Kandungan vitamin C pada pepaya membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh, sehingga balita menjadi lebih tahan terhadap penyakit yang dapat mengganggu proses pertumbuhan (Sofi et al., 2020).
2) Mendukung pencernaan yang sehat: Serat dalam pepaya berfungsi untuk memperlancar proses pencernaan dan mencegah gangguan pencernaan seperti konstipasi, yang dapat mengurangi nafsu makan dan mengganggu penyerapan gizi (Hernandez et al., 2020).
3) Meningkatkan nafsu makan: Enzim papain dalam pepaya dapat membantu meningkatkan nafsu makan, yang penting untuk

memastikan balita mendapatkan asupan kalori yang cukup untuk mendukung peningkatan berat badan (Srinivasan et al., 2020).

5. Penelitian Terkait

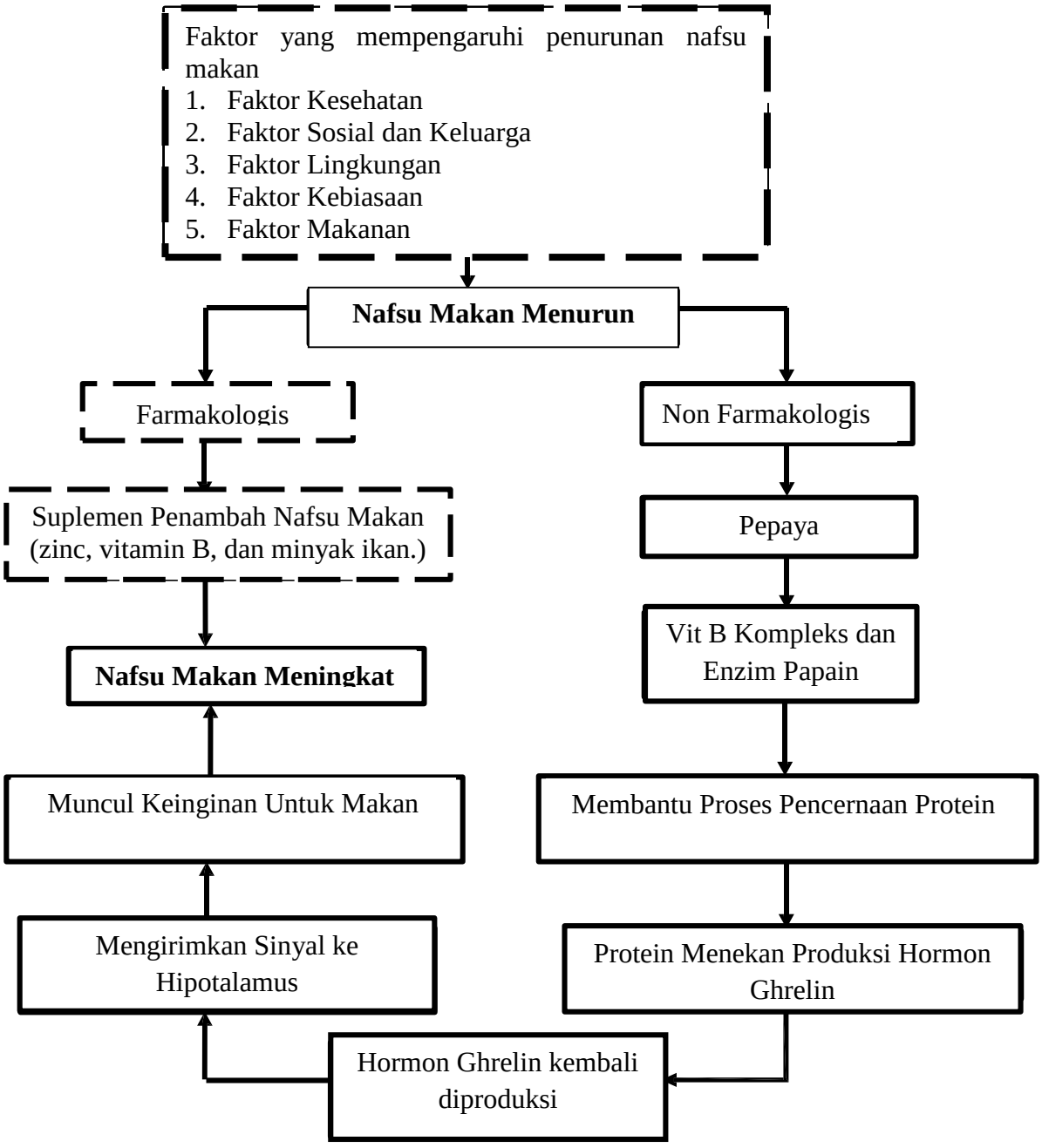
Dalam penyusunan skrisi ini,penulis sedikit banyak mengambil referensi dari penelitian - penelitian sebelumnya. Penelitian terdahulu yang berhubungan dengan skripsi ini diantara lain :

Penelitian Partini Wulan, dkk (2023) dengan judul "Pengaruh pemberian buah pepaya(*carica papaya L*.) terhadap nafsu makan anak 2-5 tahun" dengan desain quasi ekperimental dengan pendekatan one group pretest posttest design terhadap sampel 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nafsu makan anak sebelum mengkonsumsi buah pepaya 3,67 dengan rata-rata berat badan anak 14,4 kg dan sesudah mengkonsumsi buah pepaya meningkat 6,50 diikuti peningkatan rata-rata berat badan anak 14,6 kg. Ada pengaruh pemberian buah pepaya (*Carica papaya L*.) terhadap nafsu makan anak usia 2-5 tahun (p value = 0,000).

Penelitian Noviyanti Hayattul Fahad, Mariyani (2023) dengan judul "Pengaruh pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan anak 2-5 tahun di Wilayah Kerja Puskesma Jiput" dengan desain quasi ekperimental dengan pendekatan one group pretest posttest design terhadap sampel 36 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nafsu makan anak sebelum mengkonsumsi buah pepaya 3,72 dengan rata-rata berat badan anak 14,26 kg dan sesudah mengkonsumsi buah pepaya meningkat 6,47 diikuti peningkatan rata-rata berat badan anak 14,46 kg. Ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan anak usia 2-5 tahun.

Penelitian Sri Mulyaningsih, Fifi Ishak,Zuriati Muhammad (2022) dengan judul "Pengaruh pemberian buah papaya tehadap peningkatan nafsu makan pada balita di wilayah kerja puskesmas Tilango" dengan desain pre ekperiment dengan pendekatan one group pretest posttest design terhadap sampel 30 orang. Hasil penelitian didapatkan nilai p-value = 0,000 (<0,05) dimana 0,000 lebih kecil dari 0,05. Kesimpulan: Ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita maka H0 ditolak.

B. Kerangka Teori



Tabel 2.2 Kerangka Teori

: Tidak diteliti

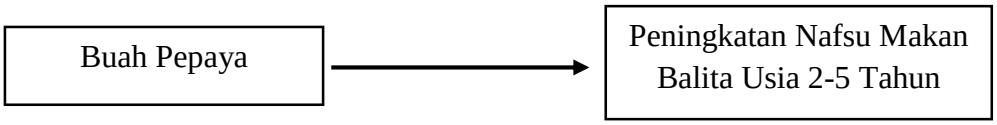
: Diteliti

: Mempengaruhi

C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan hubungan antara konsep diukur atau diamati dalam suatu penelitian (Notoadmojo,2018).

Tabel 2.3 Tabel Kerangka Konsep



Kerangka konsep pengaruh pemberian buah papaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

D. Hipotesis

Ha : Ada pengaruh pemberian buah papaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Pre Eksperimen* dengan desain penelitian yang digunakan oleh *one grup pretest posttest design* yaitu penelitian eksperimen yang hanya melibatkan satu kelompok sebagai kelas eksperimen tanpa ada kelompok kontrol.

Desain penelitian *one group pretest posttest design* ini diukur dengan menggunakan pre test yang dilakukan sebelum diberi perlakuan dan post test yang dilakukan setelah diberi perlakuan untuk setiap seri pembelajaran.

Skema *one group pretest posttest design* ditunjukkan sebagai berikut:

Pre Test	Perlakuan	*Post Test*
O_1	X	O_2

Tabel 3.1 Skema one group pretest posttest design

Sumber : Sugiyono, 2019

Keterangan:

O_1 : Tes awal (*Pre Test)* dilakukan sebelum diberikan perlakuan

X : Perlakuan *(Treatment)* pemberian buah pepaya

O_2 : Tes akhir *(Post Test)* dilakukan setelah diberikan perlakuan

B. Lokasi Dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

   Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Sejahtera 1, 2, 3

2. Waktu Penelitian

   Penelitian ini yang akan dilaksanakan pada bulan April 2025

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

   Populasi pada penelitian ini adalah balita usia 2-5 tahun di Posyandu Sejahtera 1, 2, 3 berjumlah 74 responden.

2. Sampel

   Dalam penelitian ini menggunakan teknik *Probability Sampling* yaitu pengambilan sampel yang memberi peluang/ kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota untuk dipilih menjadi sampel.

   Metode pengumpulan sampel pada penelitian ini yaitu *Simple Random Sampling*. Besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini menurut Roscoe bahwa untuk penelitian eksperimen sederhana, ukuran sampel antara 10 sampai dengan 20, dan untuk mengantisipasi adanya drop out peneliti menambah sebesar 20% dari total sampel. Berdasarkan teori tersebut peneliti mengambil sampel sebanyak 24 responden.

   Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

   a. Kriteria inklusi pada penelitian ini sebagai berikut:
      1) Orang tua yang bersedia menjadikan balitanya sebagai responden
      2) Balita yang bersedia mengkonsumsi buah pepaya
      3) Balita yang mengalami penurunan berat badan atau tetap selama 1 bulan terakhir
   b. Kriteria eksklusi pada penelitian ini sebagai berikut:
      1) Balita yang sedang menderita gangguan pencernaan / diare
      2) Balita dalam makan obat/ suplemen vitamin yang dapat mempengaruhi berat badan atau pola makan
      3) Balita dengan status gizi sangat buruk yang membutuhkan penanganan medis khusus
   c. Kriteria dropout
      1) Balita yang tidak menerima / mengonsumsi buah pepaya sesuai dengan protokol yang telah ditetapkan

D. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional

a. Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Purwanto,2019). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel Independen atau Bebas

   Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian buah pepaya.

2. Variabel Dependen atau Terikat

   Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah peningkatan nafsu makan balita 2-5 tahun.

b. Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
Independen				
Buah Pepaya	Pemberian buah pepaya dengan dosis 100 gram untuk dikonsumsi satu kali sehari selama 14 hari.	Lembar observasi	Diberikan : 1 Tidak diberikan : 0	Nominal
Dependen				
Nafsu Makan	Keinginan atau dorongan untuk makan yang diukur dengan tingkat sisa makanan.	Visual Comstock	0% : apabila tidak ada sisa makanan 25% : makanan tersisa ¼ porsi 50% : makanan tersisa ½ porsi 75% : makanan tersisa ¾ porsi 95% : makanan tersisa hampir utuh (±1 sdm dikonsumsi) 100% : makanan utuh / tidak dikonsumsi	Ordinal Kategori : 0% - 24,9% : Sangat baik 25% - 49,9% : Baik 50% - 74,9% : Cukup 75% - 94,9% : Kurang 95% - 100% : Sangat kurang

Sumber : Partini et al.,2023

E. Instrumen Penelitian

Instrumen yang dipakai untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah :

1. Lembar Observasi digunakan untuk melakukan observasi pemberian buah pepaya.
2. Alat ukur *Visual Comstock* digunakan untuk menilai peningkatan nafsu makan.

F. Uji Validitas dan Uji Reabilitas

Validitas digunakan untuk pengamatan kembali dan instrument, sedangkan reabilitas digunakan untuk mengukur keakuratan suatu instrument.

1. Uji Validitas

   Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar - benar mengukur apa yang diukur. Suatu instrument dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Dalam penelitian ini, peniliti tidak menggunakan uji validitas (Notoadmojo, 2018).

2. Uji Reabilitas

   Reabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu instrument dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Uji reabilitas menyatakan bahwa instrument yang digunakan sebagai alat ukur dapat memperoleh hasil ukur yang konsisten. Dalam penelitian ini, peniliti tidak menggunakan uji reabilitas.

G. Teknik Dan Pengumpulan Data

1. Jenis Data

   Data Primer adalah data yang langsung diperoleh dari subjek penelitian yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi langsung, dan penilaian nafsu makan menggunakan visual comstock.

2. Teknik Pengumpulan Data

   Tujuan utama dari pengumpulan data untuk mendapatkan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

   a. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk mengetahui keterangan data-data yang diperlukan oleh peneliti. Wawancara dilakukan untuk mengetahui data identitas sampel.

b. Pemeriksaan

Penilaian nafsu makan untuk mengetahui sampel sebelum dan sesudah pemberian.

c. Observasi

Observasi adalah Teknik pengumpulan data dengan cara melakukan pengamatan dan pencatatan secara sistematis dan terarah terhadap suatu objek. Peneliti ini dilakukan observasi pada seluruh responden untuk mengetahui peningkatan nafsu makan sebelum dan sesudah diberikan intervensi selama 1 kali sehari dalam 14 hari.

3. Teknik Pengelolaan Data

a. *Editing*

Editing merupakan kegiatan untuk mengecek dan perbaikan isian formulir atau lembar observasi. Editing dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul (Notoadmojo,2018).

b. *Coding*

Setelah semua data distuning maka selanjutnya dilakukan peng"kodean" atau "coding", untuk mengubah data berbentuk kalimat menjadi data numeric atau angka (Notoadmojo,2018).

Pengodean :

1) Data umum

a) Kode responden

Kode 1 = Responden 1

Kode 2 = Responden 2

Kode 3 = Responden 3

b) Usia Balita

Kode 2 : Usia 2 tahun

Kode 3 : Usia 3 tahun

Kode 4 : Usia 4 tahun

Kode 5 : Usia 5 tahun

c) Jenis Kelamin

Kode L : Laki – laki

Kode P : Perempuan

2) Data khusus

a) Nafsu makan

Kode 5 = 0% - 24,9% : Sangat baik

Kode 4 = 25% - 49,9% : Baik

Kode 3 = 50% - 74,9% : Cukup

Kode 2 = 75% - 94,9% : Kurang

Kode 1 = 95% - 100% : Sangat kurang

c. Data *Entry*

Data entry adalah memasukkan jawaban dan setiap responden yang sudah diubah dalam bentuk kode kedalam software computer. Dalam penelitian ini dilakukan entry data dengan memasukkan data score sisa makanan balita ke dalam software computer.

d. *Cleaning*

Setelah data dimasukan perlu dilakukan pengecekan ulang data, untuk menghindari apabila ada data yang tertinggal atau salah memasukkan data.

H. Teknik Analisa Data

1. Analisa Data

a. Analisa Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini yaitu dengan melihat karakteristik usia, jenis kelamin dan nafsu makan balita sebelum dan sesudah diberikan buah pepaya.

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun. Skala yang digunakan adalah nominal dan ordinal, maka penulis menggunakan uji wilcoxon.

I. Jalannya Penelitian

Jalannya proses penelitian yang dilakukan sesuai dengan langkah - langkah sebagai berikut:

A. Tahap Persiapan Penelitian

a. Peneliti mengurus surat ijin penelitian kemudian ditujukan kepada Puskesmas Ngemplak Boyolali.

b. Peneliti berkoordinasi dengan bidan desa untuk membantu pengumpulan data balita usia 2-5 tahun yang mengalami penurunan berat badan atau tetap selama 1 bulan terakhir.

c. Peneliti melakukan studi pendahuluan di posyandu sejahtera.

B. Tahap Pelaksanaan

a. Peneliti menentukan responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan.

b. Menjelaskan prosedur kepada responden mengenai prosedur penelitian kemudian meminta persetujuan responden untuk mengisi informed consent kesediaan menjadi responden penelitian.

c. Melakukan pemeriksaan nafsu makan pre-post dengan menggunakan *visual comstock.*

d. Melakukan intervensi secara rutin pemberian buah pepaya dengan dosis 100 gram 1x sehari selama 14 hari.

e. Memantau pemberian buah pepaya dan pengisian lembar observasi melalui kunjungan setiap hari.

f. Melakukan pemeriksaan nafsu makan pada hari terakhir dengan menggunakan *visual comstock* untuk menganalisis perbedaan setelah diberikan intervensi.

g. Selanjutnya peneliti melakukan pengolahan data.

J. Etika Penelitian

1. *Informed Consent* (Persetujuan riset)

   Informed Consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. Informed consent tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan

memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Apabila subjek bersedia, maka harus menandatangani lembar persetujuan dan apabila responden. Apabila subjek bersedia, maka harus menandatangani lembar persetujuan dan apabila responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati haknya.

2. *Anonimity* (Tanpa nama)

   Memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

   Memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

4. *Justice* (Keadilan)

   Peneliti memberikan kesempatan terhadap responden yang masuk dalam kriteria untuk bergabung atau mengikuti penelitian ini, kemudian peneliti wajib memberikan perlakuan yang masuk dalam kriteria untuk bergabung atau responden yang masuk dalam kriteria untuk bergabung atau mengikuti penelitian ini, kemudian wajib memberikan perlakuan yang sama tanpa membeda-bedakan status sosial dan fisik.

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Posyandu 1,2,3 yang berada di Desa Dibal, Kec. Ngemplak, Kab. Boyolali, Jawa Tengah, dengan kode pos 57375.

2. Profil Posyandu 1,2,3 Desa Dibal

Posyandu 1,2,3 Desa Dibal merupakan bentuk pelayanan terpadu yang di selenggarakan untuk memantau dan meningkatkan kesehatan masyarakat, khususnya ibu dan anak. Jenis pelayanan yang ada pada posyandu ini diantaranya : penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pengukuran lingkar lengan atas dan lingkar kepala, serta pemberian makanan tambahan. Di setiap posyandu terdapat 4 kader dan di bantu oleh bidan desa yang bertugas di Desa Dibal.

3. Analisis Univariat

Analisis Univariat digunakan untuk melihat gambaran distribusi frekuensi karakteristik responden dan modus frekuensi nafsu makan sebelum dan sesudah diberikan buah pepaya. Pengumpulan data dilakukan selama penelitian di Posyandu Sejahtera 1,2,3 di Desa Dibal dengan 20 responden. Berdasarkan hasil pengumpulan data yang telah dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 4.1 Tabel Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik	n	%
usia 2 tahun	6	30
usia 3 tahun	7	35
usia 4 tahun	5	25
usia 5 tahun	2	10
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel dari 20 responden balita yang mengalami berat badan turun dan tetap mayoritas usia 3 tahun sebanyak 7 responden (35%), Disusul usia 2 tahun sebanyak 6 anak (30%), usia 4 tahun sebanyak 5 anak (25%), dan minoritas usia 5 tahun sebanyak 2 responden (10%).

Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik	n	%
Laki Laki	8	40
Perempuan	12	60
Total	20	100

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel dapat dilihat dari 20 responden, balita yang mengalami berat badan turun dan tetap mayoritas perempuan sebanyak 12 responden (60%) dan minoritas laki laki sebanyak 8 responden (40%).

Tabel 4.3 Nafsu Makan Sebelum dan Sesudah Pemberian Buah Pepaya

Sebelum			Sesudah	
Nafsu Makan	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Sangat Kurang (95% - 100%)	2	10%	0	0%
Kurang (75% - 94,9%)	10	50%	2	10%
Cukup (50% - 74,9%)	8	40%	7	35%
Baik (25% - 49,9%)	0	0%	8	40%
Sangat Baik(0% - 24,9%)	0	0%	3	15%
Total	20	100%	20	100%

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa sebelum diberikan buah pepaya mayoritas nafsu makan responden dikategorikan kurang sebanyak 10 anak (50%), 8 anak (40%) berada dalam kategori cukup, dan sisanya 2 anak (10%) berada dalam kategori sangat kurang. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan buah pepaya, terdapat masalah dalam asupan makan pada sebagian besar anak, yang bisa berdampak pada status gizi dan berat badan mereka.

Sesudah diberikan buah pepaya mayoritas nafsu makan responden dikategorikan baik sebanyak 8 anak (40%), cukup sebanyak 7 anak (35%), sangat baik sebanyak 3 anak (15%), dan sisanya 2 anak (10%) menunjukkan

nafsu makan kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian buah pepaya berkontribusi terhadap perbaikan nafsu makan anak.

Tabel 4.4 Distribusi Median Nafsu Makan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Buah Pepaya

Nafsu Makan	Median	Minimum	Maksimum
Sebelum	2,00	1	3
Sesudah	4,00	2	5

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel diketahui bahwa nilai median nafsu makan sebelum diberikan intervensi sebesar 2,00 dengan nilai minimum 1 dan maximum 3. Sedangkan nilai median nafsu makan sesudah diberikam intervensi sebesar 4,00 dengan nilai minimum 2 dan maximum 5. Artinya disimpulkan bahwa terdapat peningkatan nilai median nafsu makan balita usia 2-5 tahun sebelum dan sesudah diberikan buah pepaya.

4. Analisis Bivariat

Analisis bivariate ini digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independent (pemberian buah pepaya) terhadap variable dependent (nafsu makan) yang dianalisis menggunakan uji wilcoxon. Berikut adalah tabel uji Wilcoxon.

Tabel 1.5 Hasil Analisis Nafsu Makan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Pada Balita Usia 2-5 Tahun.

Penmberian Buah Pepaya Post- pre test	n	z	P-Value
Negative Ranks	0[a]	-3.714[b]	0,000
Positive Ranks	17[b]		
Ties	3[c]		
Total	20		

Sumber Data Primer 2025

Tabel 4.5 memperlihatkan bahwa hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan nilai Z = -3.714 dengan signifikansi p = 0.000 (p < 0.05),

maka H1 diterima yang artinya ada pengarh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Berdasarkan tabel 4.1 hasil peneliti yang telah dilakukan kepada 20 responden balita yang mengalami berat badan turun dan tetap mayoritas usia 3 tahun sebanyak 7 responden (35%), Disusul usia 4 tahun sebanyak 6 anak (30%), usia 2 tahun sebanyak 5 anak (25%), dan minoritas usia 5 tahun sebanyak 2 responden (10%).

Berdasarkan faktor pertama yang mempengaruhi nafsu makan adalah usia. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar anak usia 2–3 tahun lebih sering mengalami penurunan nafsu makan dibanding anak usia 4–5 tahun karena berada pada tahap transisi dari ASI/susu ke makanan padat dan belum stabil secara kebiasaan makan.

Penelitian di Jurnal Gizi dan Kesehatan menunjukkan bahwa semakin kecil usia balita, maka semakin besar kemungkinan mengalami gangguan makan, terutama karena faktor adaptasi terhadap makanan keluarga dan lingkungan. Anak yang pilih pilih makan dua kali memiliki kecenderungan berat badan kurang. Anak usia 2-5 tahun menunjukkan perubahan nafsu makan dan dengan mudah teralihkan saat makan. Selama masa ini orang tua dan pengasuh berperan penting dalam mengendalikan asupan makan (Mayer, Tucker, & Williams, 2021).

Usia prasekolah, anak mengalami perkembangan psikis menjadi lebih mandiri, autonom, dapat berinteraksi dengan lingkungannya, serta lebih mengekspresikan emosinya. Bentuk luapan emosi yang biasa terjadi adalah menangis atau menjerit saat anak tidak merasa nyaman. Sifat perkembangan yang terbentuk ini dapat mempengaruhi pola makan anak, hal tersebut menyebabkan anak terkadang bersikap terlalu

pemilih, misalnya cenderung menyukai makanan ringan sehingga menjadi kenyang dan menolak makan saat waktu jam makan. Anak juga sering rewel dan memilih bermain saat orangtua menyuapi makanan. Anak akan mengalami kesulitan makan jika tidak segera diatasi.(Kesuma A, et al., dalam Sri Mulyaningsih,2025).

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel 4.2 hasil penelitian menunjukkan bahwa balita yang mengalami berat badan turun dan tetap mayoritas perempuan sebanyak 12 responden (60%) dan minoritas laki laki sebanyak 8 responden (40%).

Anak perempuan cenderung lebih pemilih terhadap makanan dibanding anak laki-laki. Anak laki-laki cenderung memiliki nafsu makan lebih besar karena kebutuhan energi yang relatif lebih tinggi akibat tingkat aktivitas fisik yang lebih besar. Jenis kelamin dapat mempengaruhi nafsu makan dan status gizi balita usia 2–5 tahun. Namun, faktor-faktor lain seperti perilaku makan, pola asuh, dan kondisi kesehatan juga berperan penting dalam menentukan nafsu makan dan status gizi anak. (Gaol, et al., 2024).

2. Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 2-5 Tahun

Berdasarkan tabel 4.4 hasil penelitian di Posyandu Sejahtera 1, 2, 3 di Desa Dibal menunjukkan bahwa frekuensi nafsu makan balita usia 2-5 tahun sebelum dilakukan intervensi kepada responden didapatkan hasil nilai median nafsu makan sebelum diberikan intervensi sebesar 2,00 dengan nilai minimum 1 dan maximum 3. Sedangkan nilai median nafsu makan sesudah diberikam intervensi sebesar 4,00 dengan nilai minimum 2 dan maximum 5. Artinya disimpulkan bahwa terdapat peningkatan nilai median nafsu makan balita usia 2-5 tahun sebelum dan sesudah diberikan buah pepaya.

Setelah dilakukan uji signifikasi menggunakan uji Wilcoxon terjadi peningkatan frekuensi nafsu makan balita usia 2-5 tahun sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Hasil uji statistic didapatkan nilai p = 0.000

($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengarh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

Penurunan nafsu makan pada balita usia 2–5 tahun dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang saling terkait. Faktor kesehatan seperti penyakit, infeksi, atau gangguan pencernaan dapat menyebabkan ketidaknyamanan yang mengurangi selera makan anak . Faktor sosial dan keluarga, seperti kebiasaan makan yang tidak teratur dan meniru perilaku makan orang tua, juga berperan penting dalam memengaruhi nafsu makan anak . Lingkungan yang penuh tekanan, seperti memaksa anak makan atau memarahi anak saat tidak mau makan, dapat membuat anak merasa tidak nyaman dan cenderung menolak makan . Kebiasaan makan yang salah, seperti konsumsi camilan berlebihan yang tinggi gula dan garam, dapat mengurangi rasa lapar saat waktu makan utama . Selain itu, faktor makanan seperti rasa atau tekstur makanan yang tidak disukai anak juga dapat menyebabkan penurunan nafsu makan. (Rifani & Ansar, 2021).

Sesuai dengan teori (Singh, P., & Sharma, P. (2020). Pepaya merupakan buah yang mengandung berbagai vitamin dan mineral, termasuk vitamin A, vitamin B kompleks, vitamin C, folat, dan serat. Pepaya juga mengandung enzim papain, yang berfungsi dalam pencernaan protein dan memiliki sifat anti-inflamasi. Enzim papain atau dikenal dengan enzim proteolitik berperan memecah protein dimana dalam tubuh protein menekan produksi hormone ghrelin (hormone pemicu rasa lapar) sehingganya saat protein berhasil dipecah, hormone ghrelin akan kembali diproduksi dan selanjutnya hormone ghrelin akan mengirimkan signal ke hipotalamus dan dipresepsikan sebagai rasa lapar. Mekanisme buah pepaya dapat meningkatkan nafsu makan anak dan kecepatan dalam penyerapan zat gizi.

Hasil penelitian Partini Wulan, dkk (2023) dengan judul "Pengaruh pemberian buah pepaya(*carica papaya L.*) terhadap nafsu makan anak 2-5 tahun" dengan desain quasi ekperimental dengan pendekatan one group pretest posttest design terhadap sampel 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nafsu makan anak sebelum mengkonsumsi

buah pepaya 3,67 dengan rata-rata berat badan anak 14,4 kg dan sesudah mengkonsumsi buah pepaya meningkat 6,50 diikuti peningkatan rata-rata berat badan anak 14,6 kg. Ada pengaruh pemberian buah pepaya (*Carica papaya L.*) terhadap nafsu makan anak usia 2-5 tahun (p value = 0,000).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Noviyanti Hayattul Fahad, Mariyani (2023) dengan judul "Pengaruh pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan anak 2-5 tahun di Wilayah Kerja Puskesma Jiput" dengan desain quasi ekperimental dengan pendekatan one group pretest posttest design terhadap sampel 36 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nafsu makan anak sebelum mengkonsumsi buah pepaya 3,72 dengan rata-rata berat badan anak 14,26 kg dan sesudah mengkonsumsi buah pepaya meningkat 6,47 diikuti peningkatan rata-rata berat badan anak 14,46 kg. Ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap nafsu makan anak usia 2-5 tahun.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Mulyaningsih, Fifi Ishak,Zuriati Muhammad (2022) dengan judul "Pengaruh pemberian buah papaya tehadap peningkatan nafsu makan pada balita di wilayah kerja puskesmas Tilango" dengan desain pre ekperiment dengan pendekatan one group pretest posttest design terhadap sampel 30 orang. Hasil penelitian didapatkan nilai p-value = 0,000 (<0,05) dimana 0,000 lebih kecil dari 0,05. Kesimpulan: Ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita maka H0 ditolak.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti memiliki keterbatasan yang mungkin membuat penulisan ini kurang sempurna yaitu :

1. Hanya menggunakan 1 kelompok intervensi
2. Hanya memberikan buah papaya tidak ada pembanding lainnya
3. Peneliti tidak dapat menilai faktor pengganggu seperti makanan selingan yang dapat mempengaruhi nafsu makan.

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 2-5 Tahun yang dilakukan terhadap 20 responden dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Nafsu makan sebelum dilakukan intervensi kepada responden berdasarkan pretest sebanyak 20 responden didapatkan hasil median 2,00 dengan nilai minimum 1 dan maximum 3.
2. Nafsu makan sesudah dilakukan intervensi kepada responden berdasarkan posttest sebanyak 20 responden didapatkan peningkatan hasil median yaitu 4,00 dengan nilai minimum 2 dan maximum 5.
3. Hasil uji signifikasi menggunakan Wilcoxon terhadap perbandingan frekuensi nafsu makan sebelum dan sesudah diberikan buah pepaya diperoleh P value = 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari pemberian buah papaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun.

B. Saran

1. Bagi Institusi Kesehatan

   Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi dan bagi pembaca untuk menjadikan buah papaya sebagai pilihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan nafsu makan balita usia 2-5 tahun, serta dapat menambahkan referensi perpustakaan dan juga memberikan informasi ataupun wawasan untuk penelitian selanjutnya.

2. Bagi Orang Tua / Masyarakat

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan nafsu makan balita usia 2-5 tahun dengan penanganan non farmakologi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi penelitian lanjutan serta dapat digunakan menjadi perbandingan dalam

meningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah (2023*). Jumlah Bayi Lahir, Bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), dan Bergizi Kurang Menurut Kabupaten/ Kota di Provinsi Jawa Tengah.* https://jateng.bps.go.id/id/statistics-table/2/Mzc4IzI%3D/jumlah-bayi-lahir--bayi-berat-badan-lahir-rendah--bblr---dan-bergizi-kurang-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-tengah.html.

Dinas Kesehatan Kabupaten Boyolali. (2024). *Informasi Program Kesga dan Gizi*. https://dinkes.boyolali.go.id/kesgiz

Fahad, N. H., & Mariyani. (2023). *Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Nafsu Makan Anak Usia 2-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Jiput*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(1), 45-50. https://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ/article/view/1857.

Farida, Y., Fariji, A., & Mardianti, M. (2022*). Efektivitas Konsumsi Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita*. Jurnal Riset Kesehatan, 16(1). 128-135. https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v16i1.2354.

Gaol, C. L., Purba, D., & Debataraja, F. (2025). Analisis pengaruh pola asuh dan pola makan balita terhadap status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Saitnihuta tahun 2024. Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat, 9(2), 136–142. https://doi.org/10.51544/jmkm.v9i2.5675

Hartini, S., & Wijayanti, T. (2020). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pertumbuhan dan Perkembangan Balita*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 7(4), 300-305. Diakses dari https://ejournal.kemkes.go.id.

Hernandez, A., et al. (2020). The role of fiber in digestive health: The case of papaya in children. Journal of Pediatrics and Digestive Health, 34(4), 392-398. https://doi.org/10.1016/j.jpdh.2020.04.001.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023). *Menuju masa depan Indonesia Bebas masalah kekurangan gizi.* https://www.unicef.org/indonesia/media/20441/file/Menuju%20Masa%20Depan%20Indonesia%20Bebas%20Masalah%20Kekurangan%20Gizi.pdf.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman Tumbuh Kembang Anak Usia Dini.* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Mulyaningsih, S., Ishak, F., & Muhamad, Z. (2022). *Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tilango.* Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia

(MPPKI),25(3),304–309. https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/2212.

Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Paramita, I. S., Atasasih, H., & Rahayu, D. (2024). *Penilaian status gizi antropometri pada balita. Penerbit Salnesia*. https://doi.org/10.36590/penerbit.salnesia.6.

Saidah, & Dewi. (2020). *Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Balita*. (Edisi ke-1.https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=uNEPEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=pertumbuhan+dan+perkembang+anak+balita,saidah+&ots=iNbtNyxnq5&sig=cT9CMNKNLjcPZMMxS5tL15vURLw.

Singh, P., & Sharma, P. (2020). *Nutritional profile and health benefits of papaya (Carica papaya)*. Journal of Nutritional Science, 8(1), 15-25. https://doi.org/10.1007/s00198-020-05279-x.

Sofi, F., et al. (2020). *Effects of papaya on immune function in children: A Systematic review. Nutrients,* 12(3), 1024. https://doi.org/10.3390/nu12031024.

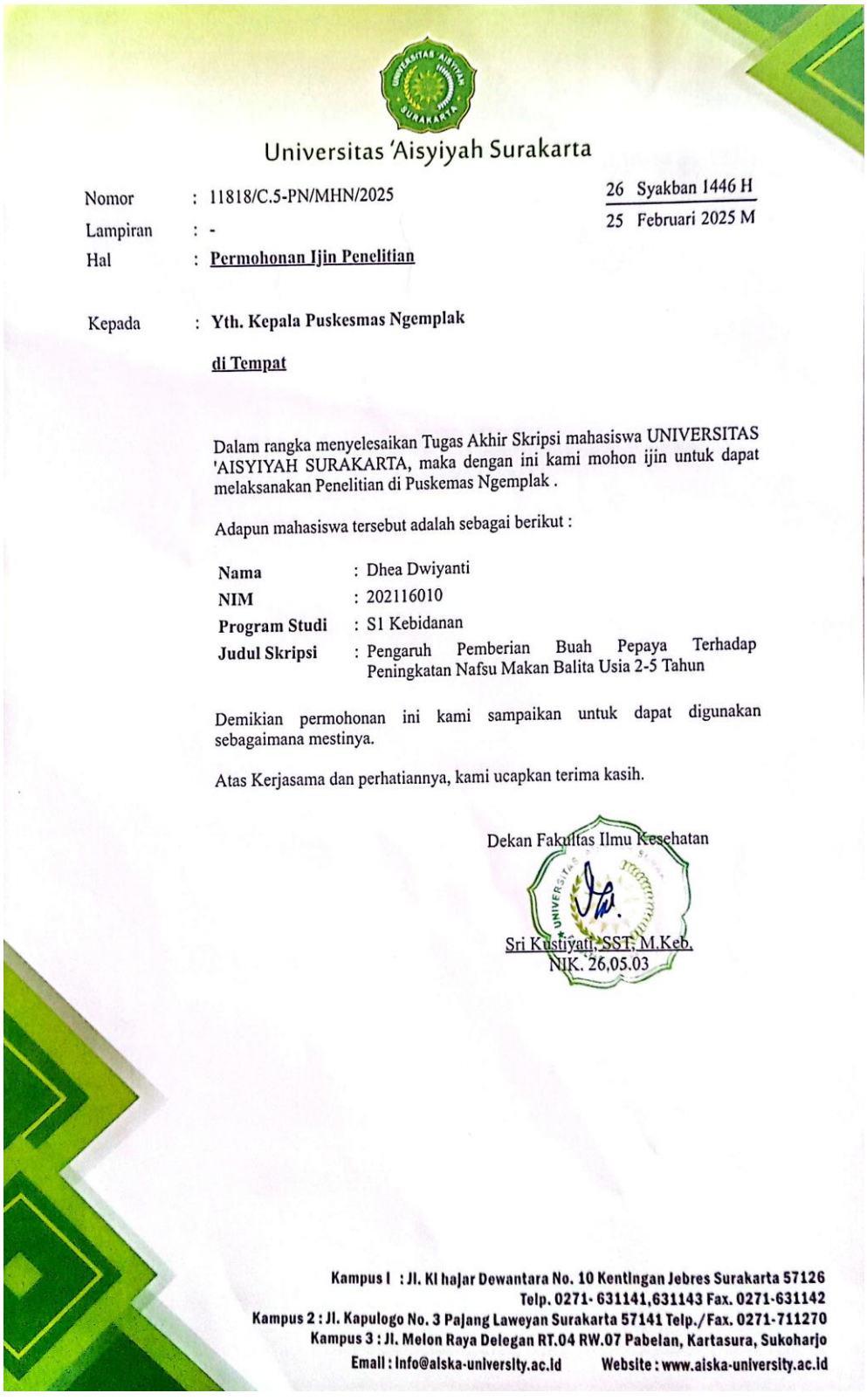
Srinivasan, P., et al. (2020). *Papaya and its effect on appetite stimulation in children. Nutrition & Food* Science Journal, 15(2), 133-141. https://doi.org/10.1177/2042130320902630.

Sudirman, S., et al. (2024). *Faktor-faktor yang memengaruhi nafsu makan pada anak balita*. Jurnal Kesehatan Anak, 10(2), 45-50. https://doi.org/10.31004/jkt.v5i3.32476.

Wulan, P., & Tim Peneliti. (2023*). Pengaruh pemberian buah pepaya (Carica papaya L.) terhadap nafsu makan anak usia 2-5 tahun*: Studi quasi eksperimental dengan pendekatan one group pretest posttest design. Jurnal Penelitian Kesehatan, 15(2), 123-130. https://medika.respati.ac.id/index.php/Medika/article/view/873.

LAMPIRAN

Lampiran 1



Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Nomor : 11818/C.5-PN/MHN/2025
Lampiran : -
Hal : **Permohonan Ijin Penelitian**

26 Syakban 1446 H
25 Februari 2025 M

Kepada : **Yth. Kepala Puskesmas Ngemplak**

di Tempat

Dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi mahasiswa UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA, maka dengan ini kami mohon ijin untuk dapat melaksanakan Penelitian di Puskemas Ngemplak .

Adapun mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut :

Nama	: Dhea Dwiyanti
NIM	: 202116010
Program Studi	: S1 Kebidanan
Judul Skripsi	: Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 2-5 Tahun

Demikian permohonan ini kami sampaikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Atas Kerjasama dan perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Sri Kustiyati, SST, M.Keb.
NIK. 26.05.03

Kampus I : Jl. KI hajar Dewantara No. 10 Kentingan Jebres Surakarta 57126
Telp. 0271- 631141,631143 Fax. 0271-631142
Kampus 2 : Jl. Kapulogo No. 3 Pajang Laweyan Surakarta 57141 Telp./Fax. 0271-711270
Kampus 3 : Jl. Melon Raya Delegan RT.04 RW.07 Pabelan, Kartasura, Sukoharjo
Email : Info@aiska-university.ac.id Website : www.aiska-university.ac.id

Lampiran 2

LEMBAR PERMOHONAN RESPONDEN

Kepada Yth
Calon Responden Penelitian
di tempat

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya mahasiswa program studi sarjana kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Nama : Dhea Dwiyanti

NIM : 202116010

Akan melakukan penelitian di bidang kesehatan mengenai "Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 2-5 Tahun" sehubungan dengan hal tersebut, peneliti memohon kesediaan orangtua untuk menjadikan balitanya sebagai responden saya. Semua data dan informasi yang diberikan kami akan jaga kerahasiaanya, data dan informasi hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan.

Atas kesediaannya menjadi responden penelitian ini, peneliti mengucapkan terimakasih.

Peneliti

(Dhea Dwiyanti)

Lampiran 3

LEMBAR PERSETUJUAN ORANG TUA

(PARENTAL CONSENT)

Dengan ini says yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Ana Setyorini

No. Hp : 085 879 820396

Adalah benar merupakan orang tua dan/ atau wali yang sah dari,

Nama : Amanda Rizkya

Usia : 3,5 tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Dengan ini memberikan persetujuan kepada anak yang disebutkan diatas untuk berpartisipasi dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh pemberian buah pepaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun" .

Demikian persetujuan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dibal 12 April 2025

(Ana Setyorini)

Lampiran 4

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : MELIA SARI

No. Hp : 0896-9186-7349

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah memahami penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 2-5 Tahun" dan saya mengizinkan anak saya untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.

Peneliti	Yang Menyetujui
(Dhea Dwiyanti)	(MELIA SARI)

Lampiran 5

LEMBAR OBSERVASI PEMBERIAN BUAH PEPAYA

Identitas Respondent

No. Responden : An. S

Usia : 3 tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

No.Hp : 085 - 602 - 843 - 788

Pemberian buah pepaya akan dilakukan oleh peneliti selama 2 minggu dengan frekuensi konsumsi buah pepaya yaitu sebanyak 100 gram dalam sehari.

No	Waktu	Hari						
		Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
1.	Minggu 1	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2.	Minggu 2	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Keterangan

1. Beri tanda ceklis pada kolom hari setalah anak sudah konsumsi buah pepaya.
2. Cantumkan alasan apabila anak tidak mengkonsumsi buah pepaya,seperti anak sakit atau tidak mau konsumsi.

Lampiran 6

FORMULIR VISUAL COMSTOCK (PRE – TEST)

No. Responden : An. R

Usia : 4 tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Hari/ tanggal	Waktu makan	% Sisa Makanan					
		0%	25%	50%	75%	95%	100%
	Pagi			✓			
	Siang				✓		
	Malam			✓			

Keterangan : Habis Tidak Habis

0% : apabila tidak ada sisa makanan

25% : makanan tersisa ¼ porsi

50% : makanan tersisa ½ porsi

75% : makanan tersisa ¾ porsi

95% : makanan tersisa hampir utuh (±1 sdm dikonsumsi)

100% : makanan utuh / tidak dikonsumsi

Lampiran 7

FORMULIR VISUAL COMSTOCK (POST - TEST)

No. Responden : An. R

Usia : 4 tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Hari/ tanggal	Waktu makan	% Sisa Makanan					
		0%	25%	50%	75%	95%	100%
	Pagi		✓				
	Siang		✓				
	Malam		✓				

Keterangan : Habis Tidak Habis

0% : apabila tidak ada sisa makanan

25% : makanan tersisa ¼ porsi

50% : makanan tersisa ½ porsi

75% : makanan tersisa ¾ porsi

95% : makanan tersisa hampir utuh (±1 sdm dikonsumsi)

100% : makanan utuh / tidak dikonsumsi

Lampiran 8

TABULASI HASIL PENELITIAN

No	Responden	Jenis Kelamin	Umur Responden	Nafsu Makan Sebelum	Nafsu Makan Sesudah
1.	An. M	L	2	1	2
2.	An. R	P	4	3	4
3.	An. C	P	3	2	3
4.	An. L	L	5	2	5
5.	An. V	P	2	2	3
6.	An. A	P	4	3	3
7.	An. D	L	3	3	4
8.	An. R	P	2	2	4
9.	An. A	L	3	2	2
10.	An. S	P	5	3	5
11.	An. K	L	4	2	3
12.	An. A	L	3	3	4
13.	An. U	L	3	2	4
14.	An. M	P	2	3	3
15.	An. E	P	2	2	3
16.	An. P	P	3	3	4
17.	An. F	L	4	2	4
18.	An. A	P	3	1	3
19.	An. T	P	4	3	5
20	An. D	P	2	2	4

Lampiran 9

ETHICAL CLEARANCE

RESEARCH ETHICS COMMITTEE
KOMISI ETIK PENELITIAN

'Aisyiyah University of Surakarta
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ETHICAL CLEARANCE
KELAIKAN ETIK
Nomor. 412/IV/AUEC/2025

The Research Ethics Committee 'Aisyiyah University of Surakarta, after reviewing the proposed research design, herewith to certify that the research proposal
Komisi Etik Penelitian Universitas 'Aisyiyah Surakarta, setelah menilai rancangan penelitian yang diusulkan, dengan ini menyatakan bahwa usulan penelitian
with topic:
dengan judul:

PENGARUH PEMBERIAN BUAH PEPAYA TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN BALITA USIA 2-5 TAHUN

Principal Investigator : Dhea Dwiyanti
Peneliti Utama

Location of research : Posyandu Sejahtera 1, 2 dan 3, Desa Dibal, Ngemplak, Boyolali
Lokasi Tempat Penelitian

Is ethically approved
Dinyatakan layak etik

Issued on 23 April 2025
Chairman

Dea Linia Romadhoni, S.Fis., M.K.M

Lampiran 10

IZIN DINAS KESEHATAN

PEMERINTAH KABUPATEN BOYOLALI
DINAS KESEHATAN
PUSKESMAS NGEMPLAK
Timorejo,Sobokerto, Ngemplak, Boyolali 57375 Propinsi Jawa Tengah
Telp. (0276) 2970030, email : uptdpuskesmasngemplak@gmail.com

Ngemplak, 21 Maret 2025

Nomor : 445.4/ 335 /4.2.14/2025
Lampiran : -
Perihal : balasan Ijin Penelitian

Kepada .
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Aisyiyah Surakarta

di – SURAKARTA

Menindaklanjuti surat yang ditujukan kepada Puskesmas Ngemplak nomor 11818/C.5-PN/MHN/2025 perihal : Ijin Penelitian mahasiswa :

Nama : Dhea Dwiyanti
NIM : 202116010
Program study :S1 Kebidanan
Judul : Pengaruh pemberian buah Pepaya terhadap peningkatan nafsu Makan Balita usia 2-5 tahun

Bersama ini kami siap menerima dan memfasilitasi penelitian tersebut

Demikian untuk menjadikan perhatian dan terima kasih.

KEPALA PUSKESMAS NGEMPLAK
KABUPATEN BOYOLALI

ITI ZULAIKAH, S.Tr.Bdn.
Penata Tk.I
. 19700803 198903 2 002

Tembusan : dikirim kepada Yth :
1. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Boyolali;
2. Pertinggal

Lampiran 11

DOKUMENTASI KEGIATAN

Thank You

Lampiran 12

HASIL SPSS

Frequencies

Statistics

Umur Responden

N	Valid	20
	Missing	0

Umur Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	usia 2 tahun	6	30.0	30.0	30.0
	usia 3 tahun	7	35.0	35.0	65.0
	usia 4 tahun	5	25.0	25.0	90.0
	usia 5 tahun	2	10.0	10.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Frequencies

Statistics

Jenis Kelamin

N	Valid	20
	Missing	0

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki Laki	8	40.0	40.0	40.0
	Perempuan	12	60.0	60.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Frequencies

Statistics

		Nafsu Makan Sebelum	Nafsu Makan Sesudah
N	Valid	20	20
	Missing	0	0
Median		2.00	4.00
Minimum		1	2
Maximum		3	5

Frequency Table

Nafsu Makan Sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Kurang (95% - 100%)	2	10.0	10.0	10.0
	Kurang (75% - 94,9%)	10	50.0	50.0	60.0
	Cukup (50% - 74,9%)	8	40.0	40.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Nafsu Makan Sesudah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang (75% - 94,9%)	2	10.0	10.0	10.0
	Cukup (50% - 74,9%)	7	35.0	35.0	45.0
	Baik (25% - 49,9%)	8	40.0	40.0	85.0
	Sangat Baik (0% - 24,9%)	3	15.0	15.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nafsu Makan Sesudah - Nafsu Makan Sebelum	Negative Ranks	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	17[b]	9.00	153.00

	Ties	3[c]		
	Total	20		

a. Nafsu Makan Sesudah < Nafsu Makan Sebelum

b. Nafsu Makan Sesudah > Nafsu Makan Sebelum

c. Nafsu Makan Sesudah = Nafsu Makan Sebelum

Test Statistics[a]

	Nafsu Makan Sesudah - Nafsu Makan Sebelum
Z	-3.714[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 13

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

LEMBAR KONSULTASI TUGAS AKHIR

Nama Mahasiswa : Dhea Dwiyanti

NIM : 202116010

Judul : Pengaruh pemberian buah papaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun

Nama Pembimbing : Bdn. Enny Yuliaswati, S.SiT., M.Keb

No	Hari/Tgl	Materi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan
1.	Senin / 17-02-25	Pengajuan Judul	ACC Lanjut Bab I-III	
2.	Selasa / 18-02-25	Konsultasi Bab I, II, III	Revisi - Latar belakang - kerangka teori	
3.	Sabtu / 22-02-25	Konsultasi Bab I, II, III	Revisi - populasi - kriteria inklusi & eksklusi	
4.	Jumat / 28-02-25	Konsultasi Bab I, II, III	Revisi - Latar belakang - Penulisan	
5.	Kamis / 06-03-25	Konsultasi Bab I, II, III	Revisi - Latar belakang - Teknik sampling	

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

LEMBAR KONSULTASI TUGAS AKHIR

Nama Mahasiswa : Dhea Dwiyanti

NIM : 202116010

Judul : Pengaruh pemberian buah papaya terhadap peningkatan nafsu makan balita usia 2-5 tahun

Nama Pembimbing : Bdn. Enny Yuliaswati, S.SiT., M.Keb

No	Hari/Tgl	Materi	Masukan Pembimbing	Tanda Tangan
6.	Selasa/ 11-03-25	konsultasi Bab I, II, III	Revisi - Penulisan	
7.	Selasa/ 11-03-25	konsultasi Bab I, II, III	ACC Lanjut seminar proposal	
8.	Senin/ 24-03-25	konsultasi Bab I, II, III		

Lampiran 14

LEMBAR PERSYARATAN SEBAGAI AUDIENCE DALAM SEMINAR PROPOSAL

Nama : Dhea Dwiyanti

NIM : 202116010

No	Judul Skripsi	Bukti SS	Penguji	Mengetahui Pembimbing
1.	Pengaruh Terapi Akupressure Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III		1. Bdn. Enny Yuliaswati, S.SiT., M.Keb 2. Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb 3. Bdn. Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST., M.Kes	
2.	Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Derajat Emisis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Pucangsawit		1. Winarni,S.SiT., MPH 2. Bdn. Rita Riyanti Kusumadewi, S.ST., M.Kes 3. Bdn. Kamidah, S.ST., M.Kes	

3.	Pengaruh Pemberian Jus Wortel Terhadap Penurunan Derajat Dismenore Pada Remaja Putri Di Desa Jatiyoso		1. Bdn. Kamidah, S.ST., M.Kes 2. Winarni, S.SiT., MPH 3. Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb	